GUIA DE LEITURA · Nº 18



धर्मः

Yoga e Sociedade: Ética e Relacionamentos

Guia de leitura dos conteúdos do yoga.pro.br

MERCADO · MARCAS · CULTURA · GURUS · POLÍTICA · MULHERES · DESAFIOS

Como usar este guia

Apresentação e sumário

O yoga.pro.br tem mais de mil artigos, e é fácil perder-se na imensidão de uma casa tão grande. Os guias de leitura são mapas: cada um reúne, em torno de um tema, os textos que vale a pena ler e mostra por onde começar.

Este guia é dedicado à ética coletiva do mundo do Yoga, complementando o guia do Dharma, que trata da ética pessoal. Reúne os textos críticos do site, hoje espalhados, que ganham força quando lidos juntos. Abre com duas páginas, nas palavras de Pedro Kupfer, sobre por que o Yoga não é apolítico e sobre os desafios do mundo do Yoga. Depois, os textos aparecem agrupados por tema, cada um com uma breve glosa: o Yoga e o mercado, o Yoga de marca, a apropriação cultural, os gurus, as seitas e os abusos, a política, o machismo e a misoginia, e a ética de quem ensina.

São 48 leituras. Os títulos e os endereços são clicáveis.

SUMÁRIO

O Yoga é apolítico?	*Existir é um ato político, e os desafios de hoje*	3
“Mercado” de Yoga?	*Negócio, prosperidade e desempenho*	5
O Yoga de marca	*Rótulos, academias e tradição*	6
Apropriação cultural?	*Apreço, respeito e intolerância*	7
Gurus, seitas e abusos	*Como reconhecer um bom mestre*	8
Yoga e Política	*Dharma, poder e liberdade*	9
Machismo e misoginia	*A sala de prática e os textos*	10
Os desafios e a ética de quem ensina	*Olimpíadas, professores e responsabilidade*	10

INTRODUÇÃO

O Yoga é apolítico?

A político é aquilo ou aquele que tem aversão ou não se interessa pela política. Ora bem, o Yoga faz parte do existir. A política também faz parte da existência ao ponto que é dito, com razão, que existir é um ato político.

O argumento mais comum para afirmar que o Yoga é apolítico é dizer que "Yoga é prática", e que "prática não é política". Esse argumento não leva em consideração a profundidade do próprio Yoga, pelo que creio que podemos deixar ele de lado.

O segundo argumento, mais importante, diz que o Yoga somente está interessado em compreender a identidade entre o indivíduo e o Absoluto, Brahman, e que tudo o mais (política incluída) pertence à esfera de *māyā*, o aparente, que não existe sem a presença desse Absoluto.

Embora isso seja 100% verdadeiro, esse argumento não contempla o outro lado do Yoga, que é a aplicação da visão libertadora no cotidiano, sem a qual esse ensinamento perde totalmente o valor e a relevância. Noutras palavras, o ensinamento de nada vale se não for aplicado no dia-a-dia, e aplicar esse ensinamento na prática implica coexistir em sociedade.

Existir é um ato político

A afirmação "existir é um ato político" destaca a forma como a nossa própria vida e identidade são moldadas e influenciadas pelo contexto político e social em que vivemos.

É importante ressaltar que isso não quer dizer que todas as pessoas estejam o tempo todo engajadas na militância: a expressão destaca a maneira como nossa existência individual e coletiva é moldada pelas estruturas de poder e as dinâmicas sociais, o que nos coloca necessariamente no contexto político (sejamos cientes disso ou não, queiramos ou não).

O Yoga, por seu lado, é um ensinamento que mostra para a pessoa que ela é plena e livre de limitações. Essa visão libertadora vai acompanhada de um modo de viver, no qual as atitudes cotidianas têm um papel fundamental, já que não podemos separar a visão yogika do que acontece no dia-a-dia do praticante.

Essa extensão do ensinamento para a vida cotidiana é chamada Karmayoga, Yoga das ações ou Yoga da vida. Na aplicação dos valores e atitudes que o Yoga nos propõe, inevitavelmente tomaremos decisões e faremos ações que envolvem gestos políticos.

A liberdade e a ética

O objetivo do Yoga é *mokṣa*, a liberdade. Quando alguém declara ter esse objetivo como prioridade, essa é uma declaração política: implícita na declaração está a existência da pessoa que tem esse objetivo.

Porém, lembre por favor que luta política e partidarismo político são coisas diferentes. O partidarismo é uma espécie de fanatismo ou facciosismo político, que não tem nada a ver com política no sentido de direitos, relacionamentos e vida em sociedade.

Quando alguém declara ter interesse em praticar a ética do Yoga, os *yamas* e *niyamas*, isso também é uma posição política. Em primeiro lugar, o praticante posiciona-se contra a violência pelo voto de *ahiṁsā*.

Os desafios do mundo do Yoga

Apesar dos muitos benefícios que o Yoga oferece, existem algumas preocupações que precisam ser consideradas para garantir uma prática segura, inclusiva e ética para todos.

Comercialização. A crescente popularidade do Yoga pode levar à exploração comercial da prática, com foco na venda de produtos, serviços e workshops, em detrimento do bem-estar dos praticantes.

Pressão pelo desempenho. A busca pela tão ansiada "perfeição" nas posturas, e a comparação com outros praticantes, pode gerar pressão, ansiedade, lesões e frustração, o que vai frontalmente contra ahiṁsā, o princípio da não-violência.

Falta de representatividade. O mundo do Yoga ainda precisa se esforçar para ser mais inclusivo e acolhedor para pessoas de diferentes berços, etnias, gêneros, identidades sexuais e níveis de condicionamento físico.

Apropriação cultural. Apropriação cultural se refere ao uso de elementos de uma cultura por pessoas de outra cultura, de forma que ignora ou desrespeita o significado original desses elementos.

Abusos e falta de ética. É fundamental que professores de Yoga conheçam, sigam e ensinem os yamas e niyamas, princípios éticos do Yoga, como não-violência, veracidade, honestidade, respeito. Além disso, devem tomar cuidado com a confidencialidade, o consentimento para receber ajustes e o respeito pela sacralidade do espaço pessoal de cada praticante.

É importante lembrar que essas preocupações não significam que o Yoga tenha práticas perigosas ou prejudiciais. Ao contrário: ele oferece muitos benefícios para a saúde física e mental. No entanto, é fundamental estar ciente dos riscos potenciais e tomar medidas para garantir uma prática segura, ética e respeitosa.

CAPÍTULO 1

“Mercado” de Yoga?

Quando o Yoga vira produto: o negócio, a promessa de prosperidade e felicidade, as selfies e a pressão pelo desempenho.

1 O Yoga como negócio

O Yoga visto como «negócio» por empreendedores atraídos pela sua popularidade.

- yoga.pro.br/o-yoga-como-negocio

2 Yoga, capitalismo e sociedade

Como viver o Yoga, que une ação e contemplação, numa sociedade capitalista.

- yoga.pro.br/yoga-capitalismo-e-sociedade

3 Yoga e Pro$peridade?

Precisamos mesmo falar de prosperidade? Os «profissionais» do Yoga focados em prosperar.

- yoga.pro.br/yoga-e-properidade

4 O Negócio da Felicidade e a Felicidade Real

A felicidade transformada em mercadoria por coaches e gurus de autoajuda, e a felicidade real.

- yoga.pro.br/o-negocio-da-felicidade-e-a-felicidade-real

5 O Yoga do $egredo

O Yoga, que já foi alternativo e contestador, a serviço do «Segredo» e do pensamento mágico.

- yoga.pro.br/o-yoga-do-egredo

6 Curso Instantâneo de Formação (gratuito!) e receita infalível para ficar rico ensinando Yoga

Uma sátira: o curso instantâneo de formação e a receita infalível para ficar rico ensinando Yoga.

- yoga.pro.br/curso-instantaneo-de-formacao-gratuito-e-receita-infalivel-para-ficar-rico-ensinando-yoga

7 O Corpo no Yoga: Self ou Selfie?

As selfies de āsanas e a imagem do Yoga que intimida quem está começando.

- yoga.pro.br/corpo-no-yoga-self-ou-selfie

8 A Positividade Tóxica no Yoga

A positividade tóxica: a pressão para parecer sempre feliz, também no Yoga.

- yoga.pro.br/a-positividade-toxica-no-yoga

9 Alta Performance no Yoga?

O Yoga como ferramenta de alta performance e o risco de uma relação superficial com a prática.

- yoga.pro.br/alta-performance-no-yoga

CAPÍTULO 2

O Yoga de marca

Estilos registrados, rótulos, academias e o limite entre a criatividade e a deturpação do ensinamento.

1 Yoga tradicional vs. Yoga de marca

Os ramos do Yoga são etapas, não sistemas separados: tradição contra marca registrada.

- yoga.pro.br/yoga-tradicional-vs-yoga-de-marca

2 Razões para praticar Haṭha na era dos Yogas de marca ®

Razões para praticar Haṭha na era dos Yogas de marca: liberdade e responsabilidade.

- yoga.pro.br/razoes-para-praticar-hatha-na-era-dos-yogas-marca

3 Yoga Sem Rótulos

A ansiedade dos aspirantes a guru por um rótulo novo e uma fatia do mercado.

- yoga.pro.br/yoga-sem-rotulos-1-reflexao-de-bruno-jones

4 Āsana, rótulos, consumo e erros

Āsana, rótulos, consumo e erros: o verdadeiro objetivo da prática.

- yoga.pro.br/asana-rotulos-consumo-e-erros

5 Criatividade e Tradição: Onde Começamos a Deturpar o Yoga?

Onde termina a criatividade e começa a deturpação do que aprendemos com os professores.

- yoga.pro.br/criatividade-e-tradicao

6 O Yoga Moderno versus o Yoga Tradicional

O Yoga tradicional dos sábios da antiguidade e as revisões modernas.

- yoga.pro.br/o-yoga-moderno-versus-o-yoga-tradicional

7 Yoga em academias?

Yoga em academias de ginástica: é possível?

- yoga.pro.br/yoga-em-academias

8 Yoga em Academias – Parte I: Impressões de um Outsider

Estúdios versus academias, primeira parte: impressões de quem está de fora.

- yoga.pro.br/yoga-em-academias-parte-i-impressoes-de-1-outsider

9 Yoga em Academias – Parte II: Impressões de um Insider

Estúdios versus academias, segunda parte: impressões de quem está dentro.

- yoga.pro.br/yoga-em-academias-parte-ii-impressoes-de-1-insider

CAPÍTULO 3

Apropriação cultural?

O Yoga longe da cultura em que nasceu: entre o apreço e o respeito, o hinduísmo, o sânscrito e a intolerância.

1 Apropriação Cultural do Yoga: Entre o Apreço e o Respeito

A apropriação cultural do Yoga, entre o apreço e o respeito.

- yoga.pro.br/apropriacao-cultural-do-yoga-entre-o-apreco-e-o-respeito

2 A Aculturação do Yoga

A aculturação do Yoga nos tempos da globalização.

- yoga.pro.br/a-aculturacao-do-yoga

3 Qual é a Relação Entre Yoga e Hinduísmo?

A relação entre o Yoga e o hinduísmo, a pergunta que não quer calar.

- yoga.pro.br/qual-e-a-relacao-entre-yoga-e-hinduismo

4 Yoga: Inside or Outside Hindu Dharma?

O Yoga dentro ou fora do Hindu Dharma: o medo da cultura do «Outro» (em inglês).

- yoga.pro.br/yoga-inside-or-outside-hindu-dharma

5 “Essa Palavra é Minha”: os Donos do Sânscrito

Os «donos do sânscrito»: a quem pertencem as palavras do Yoga?

- yoga.pro.br/essa-palavra-e-minha-os-donos-do-sanscrito

6 Tradicionalismo e Preconceito: Onde foi Parar a Liberdade do Yoga?

Tradicionalismo e preconceito: onde foi parar a liberdade do Yoga?

- yoga.pro.br/tradicionalismo-e-preconceito-pedro-kupfer

7 Isso não é Yoga! O Problema da Intolerância

«Isso não é Yoga!»: o problema da intolerância entre colegas.

- yoga.pro.br/isso-nao-e-yoga-o-problema-da-intolerancia

8 Yoga Vira-Latas: Perigo! Um Alerta Importante

Os yogas «vira-latas» e o alerta de quem voltou de uma temporada de estudos na Índia.

- yoga.pro.br/yoga-vira-latas-perigo-um-alerta-de-pedro-kupfer

CAPÍTULO 4

Gurus, seitas e abusos

Os falsos mestres, as seitas que prosperam no meio do Yoga, os abusos e os testes para reconhecê-los.

1 Mestres Mequetrefes e Gurus de Verdade

Mestres mequetrefes e gurus de verdade: como distinguir uns dos outros.

- yoga.pro.br/mestres-mequetrefes-e-gurus-de-verdade

2 O Teste do Guru

O teste do guru: se sete ou mais itens descrevem o seu mestre, desconfie.

- yoga.pro.br/o-teste-do-guru

3 Teste: Estou numa Seita?

Teste: estou numa seita? Uma lista para avaliar os grupos em que praticamos.

- yoga.pro.br/teste-estou-numa-seita

4 Yoga, Seitas e Liberdade

Como reconhecer uma boa escola de Yoga: seitas e liberdade.

- yoga.pro.br/yoga-seitas-e-liberdade

5 Será que ele é iluminado?

«Será que ele é iluminado?»: a maneira como muita gente olha para os mestres.

- yoga.pro.br/sera-que-ele-e-iluminado

6 Ego Iluminado?

Ego iluminado? Todo o mundo tem um ego, e iluminado é quem sabe que ele é um ego.

- yoga.pro.br/ego-iluminado-em-250-palavras

7 Abusos Sexuais no Yoga

Os abusos sexuais de professores famosos e a volta ao básico do básico.

- yoga.pro.br/testosterona-yoga-abusos-sexuais-no-yoga

8 Como Escolher um Bom Professor de Yoga?

Como escolher um bom professor de Yoga.

- yoga.pro.br/como-escolher-um-bom-professor-de-yoga

CAPÍTULO 5

Yoga e Política

O Yoga não é apolítico: o biopoder, as proibições, a vacina, as eleições e o ódio.

1 É o Yoga Apolítico?

É o Yoga apolítico? Existir é um ato político.

- yoga.pro.br/e-o-yoga-apolitico

2 Yoga e política

Yoga e política, duas palavras pouco presentes nas discussões sobre a prática.

- yoga.pro.br/yoga-e-politica

3 Yoga e Biopoder: Liberdade ou Nacionalismo?

O Yoga como instrumento do biopoder e do nacionalismo.

- yoga.pro.br/yoga-e-biopoder

4 Proibido Praticar?

Lideranças religiosas e políticas que proibiram a prática do Yoga.

- yoga.pro.br/proibido-praticar

5 O Yoga e a Vacina: Bom-senso, Dharma e Compaixão

O Yoga e a vacina: bom-senso, dharma e compaixão.

- yoga.pro.br/o-yoga-e-a-vacina-bom-senso-dharma-e-compaixao

6 A corda, a serpente e as eleições

A parábola da corda e da serpente aplicada às eleições.

- yoga.pro.br/a-corda-a-serpente-e-as-eleicoes

7 Ódio, racismo e fobias têm cura: Manīshā Pañcakam

Ódio, racismo e fobias têm cura: o Manīṣā Pañcakam de Śaṅkara.

- yoga.pro.br/odio-racismo-e-fobias-tem-cura-manisha-pancakam



CAPÍTULO 6

Machismo e misoginia

O machismo nos ambientes do Yoga e o falso mito de que o Yoga era proibido às mulheres na Índia antiga.

1 Machismo na Sala de Prática: um Alerta Importante

O machismo na sala de prática: um alerta importante.

- yoga.pro.br/machismo-na-sala-de-pratica

2 Yoga: Proibido para Mulheres?

O Yoga era proibido às mulheres na Índia antiga? Os textos mostram que não.

- yoga.pro.br/yoga-proibido-para-mulheres

3 Kālī: Deusa Mãe, Ícone Feminista

Kālī, a deusa que não é submissa nem recatada, como ícone feminista.

- yoga.pro.br/kali-mae-divina-icone-feminista



CAPÍTULO 7

Os desafios e a ética de quem ensina

Os desafios atuais do mundo do Yoga, a tentativa de levá-lo às Olimpíadas e a ética para quem ensina.

1 8 Desafios Candentes no Mundo do Yoga

Os oito desafios candentes do mundo do Yoga, da desinformação aos abusos.

- yoga.pro.br/8-desafios-candentes-no-mundo-do-yoga

2 Yoga, esporte olímpico: desta vez não é trote

Yoga, esporte olímpico: o que a tradição diz sobre medalhas, juízes e pódios.

- yoga.pro.br/yoga-esporte-olimpico

3 Ética para Professores de Yoga

Ética para professores de Yoga: os padrões morais de um estilo de vida integrado.

- yoga.pro.br/etica-para-professores-de-yoga

4 A ética é lei

A ética é lei: a crise ética e o lugar dos valores do Yoga.

- yoga.pro.br/a-etica-e-lei

॥ हरिः ॐ ॥

Guia de leitura preparado a partir dos artigos de Pedro Kupfer e dos colaboradores do yoga.pro.br.
Os textos completos estão no site, com os mantras, as traduções e os vídeos, quando for o caso.

Aviso. Este guia não substitui o estudo com um professor. Os textos completos estão no yoga.pro.br.

Capa. Jaṭāyu aproxima-se de Rāma e Lakṣmaṇa, que se perguntam onde estaria Sītā. Fólio 18 de um Chandana Malayagiri Vārtā de Karamacand, Kishangarh, Rajastão, 1744–45. Têmpera, tinta e ouro sobre papel. The Cleveland Museum of Art, James Parmelee and Cornelia Blakemore Warner Funds, 1968.108.

Tipografia. Gentium Book Plus, Fraunces e Tiro Devanagari Sanskrit, as mesmas fontes do site.



yoga.pro.br